

Salada de Pasta com Rúcula e Salmão

VITACRESS

Naturalmente nutritivo!

4 Pessoas

Grau de Dificuldade: Fácil

Custo: Económico

Tempo de Preparação: 35 minutos

Ingredientes:

1 embalagem de rúcula da VITACRESS;
200 g de massa em lacinhos;
4 filetes de salmão sem pele e espinhas;
50 g de sementes de sésamo;
3 colheres (de sopa) de óleo de sésamo;
sal e pimenta q.b..

Molho:

6 colheres (de sopa) de azeite;
3 colheres (de sopa) de sumo de limão.

Preparação:

Coza a massa em água a ferver temperada de sal durante 9 minutos. Entretanto misture num recipiente o azeite, o sumo do limão e mexa bem. Escorra a massa e junte-a ao molho, misture e deixe arrefecer. Corte o salmão em cubos, tempere-os de sal e pimenta e passe-os pelas sementes de sésamo. Leve ao lume uma frigideira com o óleo, deixe aquecer. Junte os cubos de salmão e deixe-os fritar 1 minuto de cada lado. Junte a rúcula, a pasta e misture bem. Sirva decorado a gosto.

